



ГАУ Архангельской области

Центр оценки  
качества образования

[aocoko.ru](http://aocoko.ru)

# Психологическая подготовка обучающихся к оценочным процедурам (ВПР, PISA, НИКО, ГИА и др.)



# Процедуры системы качества образования

ЕГЭ (ГИА-11)

ОГЭ (ГИА-9)

ВПр

НИКО

Международные  
исследования  
качества  
образования





## Советы по подготовке к оценочной процедуре

- Готовься планомерно
- Соблюдай режим дня
- Питайся правильно
- Во время подготовки чередуй занятия и отдых





## Советы по подготовке к оценочной процедуре

- Заблаговременно ознакомьтесь с правилами и процедурой
- Тренируйтесь в решении заданий (демоверсии, образцы):

<https://fioco.ru/образцы-и-описания-ВПР>

<https://fipi.ru/metodicheskaya-kopilka/zadaniya-dlya-5-9-klassov>

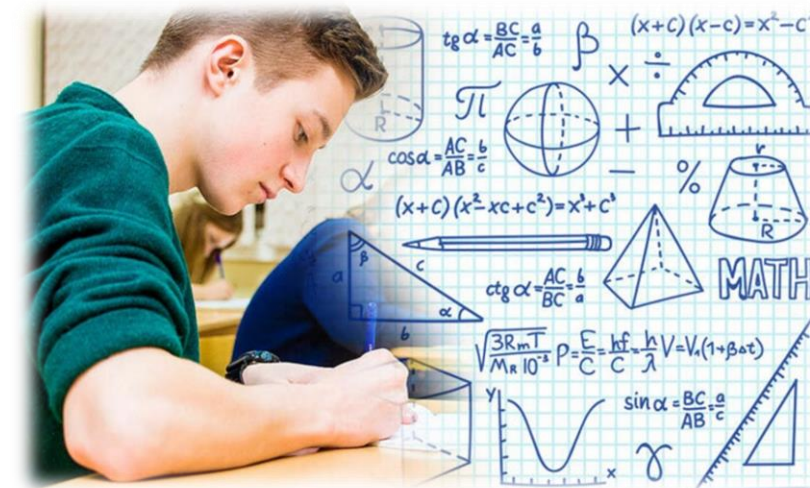
<https://fipi.ru/ege/demoversii-specifikacii-kodifikatory>

<https://fipi.ru/oge/demoversii-specifikacii-kodifikatory>

<https://fioco.ru/примеры-задач-pisa>

Подготовка к оценочной процедуре требует времени

- Обращайся за помощью к своему учителю





## Накануне оценочной процедуры

- Вечером накануне проведения оценочной процедуры перестань готовиться. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, «боевого настроения»






## Советы во время работы (оценочной процедуры):

- Соблюдай правила поведения
- Слушай, как правильно заполнять бланк! Работай самостоятельно!
- Используй время полностью
- Сосредоточься! Читай задание до конца!
- Думай только о текущем задании! Начни с лёгкого! Пропускай!  
Исключай!
- Запланируй два круга! Проверь!
- Не оставляй задание без ответа!
- Не огорчайся!





**Спасибо за внимание!**

г. Архангельск, проспект Ломоносова, 270  
сайт: [www.aosoko.ru](http://www.aosoko.ru)